Thomas H. Ogden

COSA
SIGNIFICA
ESSERE
VIVI

Esplorazioni psicoanalitiche

Come la pratica clinica può aiutare il paziente a essere se stesso in modo autentico? Rileggendo, e a tratti 'scrivendo', Winnicott e Bion, Ogden si interroga sulla psicoanalisi come processo terapeutico, sul concetto di inconscio e di tempo analitico, sul linguaggio preverbale e su cosa significhi essere davvero vivi.

Casa Editrice Astrolabio

Introduzione

Negli anni cinquanta, sessanta e settanta, Donald Winnicott e Wilfred Bion avviarono una radicale trasformazione della teoria e della pratica psicoanalitica. Tale rivoluzione implicava la metamorfosi di una disciplina in precedenza mirata a promuovere il cambiamento psichico attraverso la comprensione di sé. Grazie al lavoro di Winnicott e Bion, la psicoanalisi si è trasformata in un processo nel quale le esperienze vissute durante l'analisi, create congiuntamente da paziente e analista, arricchiscono la capacità del paziente di percepirsi come vivo e reale.

Questo spostamento d'accento sull'esperienza non equivale a negare il valore della comprensione di sé, ritenuta piuttosto un potente agente di cambiamento psichico quando nasce dal fatto che il paziente vive, insieme all'analista, qualcosa che in precedenza non era stato in grado di vivere. Affinché il cambiamento psichico avvenga, è fondamentale che il paziente, mentre si riappropria di una vita non vissuta, si senta riconosciuto per chi è e per chi sta diventando.

Il paziente non vive la vita non vissuta in forma di conflitto inconscio, di fantasie o impulsi rimossi, ma come un senso di vuoto e inutilità, la sensazione di non essere pienamente presente nella propria esistenza. Questo spostamento dalla comprensione all'esperienza può essere descritto come un rovesciamento di prospettiva dal conoscere e comprendere (la dimensione epistemologica della psicoanalisi) all'essere e al divenire (la dimensione ontologica della psicoanalisi). Nel primo capitolo di questo libro mi propongo di illustrare la mia modalità di lavoro clinico nella dimensione ontologica della psicoanalisi.

Questa rivoluzione avviata da Winnicott e Bion implica un ripensamento di molti aspetti della teoria psicoanalitica. Forse il più importante contributo di Winnicott consiste nel suo uso del pensiero paradossale. Il paradosso è alla base dei suoi concetti più innovativi: gli oggetti e i fenomeni transizionali, lo spazio potenziale, l'esperien-

za di gioco, la capacità di essere solo, la creatività in ogni campo. Il mio contributo a questo movimento intellettuale consiste nel presentare una personale reinterpretazione dei concetti di inconscio e di tempo analitico (capitoli 3 e 4).

Ciascuno scritto di Winnicott rappresenta un apporto unico alla rielaborazione della psicoanalisi. Nel presente volume offro una lettura creativa di quattro dei suoi pionieristici e rivoluzionari saggi. Nei capitoli 2, 5, 7 e 8, non mi limito a leggere Winnicott, ma lo scrivo. Scrivendo Winnicott, elaboro idee che ci aveva soltanto suggerito o a cui forse non aveva nemmeno pensato.

Affronto poi il tema di cosa significhi 'essere vivi' in relazione alle trasformazioni che si verificano agli albori del linguaggio verbale (capitolo 8), in una fase in cui il significato del tempo non è ancora trasposto (dalla forma preverbale a quella verbale); il significato viene creato. Nascono esperienze cognitive e stati affettivi del tutto inediti: prende forma una modalità di vita qualitativamente nuova.

Concludo il libro con una lettera a un giovane scrittore, in cui affronto il modo in cui noi che scriviamo, a prescindere dal genere, non ci limitiamo a documentare la vita, ma la creiamo.

La psicoanalisi ontologica nella pratica clinica

Concepisco la psicoanalisi come un processo terapeutico che implica due dimensioni interdipendenti: la *dimensione ontologica* si riferisce all'essere e al divenire; mentre quella *epistemologica* si riferisce a come giungiamo a sapere e a comprendere (Ogden, 2019, 2020). Così come le tre dimensioni di un oggetto concreto sono allo stesso tempo distinte e inseparabili l'una dall'altra, le dimensioni epistemologica e ontologica della psicoanalisi non esistono in forma pura. In un rapporto di tensione dialettica reciproca, ciascuna dimensione crea, preserva e nega l'altra, esattamente come accade per la mente conscia e quella inconscia: ciascuna crea, preserva e nega l'altra. (Il concetto di mente inconscia è privo di significato in assenza del concetto di mente conscia. Allo stesso modo, il concetto di psicoanalisi ontologica non ha alcun senso in assenza del concetto di psicoanalisi epistemologica.)

La dimensione ontologica della psicoanalisi (giungere a essere) costituisce la matrice all'interno della quale si evolve la dimensione epistemologica (giungere a comprendere). In altri termini, non è l'esperienza a nascere dalla comprensione, ma la comprensione dall'esperienza. È possibile giungere a essere con modalità che non implicano la comprensione di sé, come ad esempio attraverso il gioco, il sogno, la scrittura o tutte le altre attività creative. La comprensione di sé è sentita come reale soltanto quando nasce dall'esperienza.

Come si vedrà quando illustrerò clinicamente la dimensione ontologica della psicoanalisi, mi riferisco solo di sfuggita alla teoria delle relazioni oggettuali, che tratta le relazioni inconsce tra differenti aspetti del sé, benché questo modello sia parte integrante della mia concezione della teoria e pratica analitica. Né menziono la *rêverie*, uno stato di sogno a occhi aperti, attraverso il quale percepisco cosa stia accadendo sul piano inconscio nella relazione analitica (Ogden, 1994, 2004). Nel presente capitolo non è mia intenzione soffermarmi

su questi aspetti del mio modo di pensare e lavorare, benché siano sempre di fondamentale importanza nel determinare come penso e pratico la psicoanalisi. Non intendo nemmeno concentrarmi sulla dialettica tra mente conscia e inconscia. Qui mi interessano piuttosto il senso di vitalità e di morte, di realtà e di irrealtà, il nucleo del sé, l'anima, se vogliamo: tutti aspetti che implicano un modo di essere nel setting analitico diverso dalla ricerca di comprensione del significato inconscio (Ogden, 1995).

LA DIMENSIONE EPISTEMOLOGICA E QUELLA ONTOLOGICA DELLA PSICOANALISI

Considero Freud e Klein come i fondatori di una psicoanalisi di natura epistemologica, in quanto prevalentemente interessati al *significato simbolico* dei sogni e del gioco infantile. Ritengo invece che i principali rappresentanti della psicoanalisi ontologica siano Winnicott e Bion, poiché si concentravano in primo luogo sull'*esperienza* del gioco e del sogno.

Una metodologia che contraddistingue la psicoanalisi epistemologica consiste nella formulazione da parte dell'analista di interpretazioni verbali sul punto di emergenza dell'ansia nel transfert. "L'interpretazione è al centro della dottrina e della tecnica freudiana. Si potrebbe caratterizzare la psicoanalisi con l'interpretazione, cioè con la messa in evidenza del senso latente di un materiale" (Laplanche e Pontalis, 1973, p. 239).

Il processo analitico, sia per Freud sia per Melanie Klein, ha come principale finalità quella di rendere conscio l'inconscio: "Wo Es war, soll Ich werden" ("Dov'era l'Es, deve subentrare l'Io", Freud, 1933, p. 190).¹ Secondo entrambi, il mondo interno è in gran parte inconscio. Freud (1899, 1933) si concentrava essenzialmente sul significato inconscio di sogni, sintomi, associazioni, transfert e così via. Melanie

¹ Freud (1926) aveva esplicitamente chiesto che si adottassero semplici parole d'uso comune ("das Es" e "das Ich") per descrivere le nostre due istanze psichiche, esprimendosi contro l'utilizzo di "altisonanti termini greci" (p. 362). [N.d.T.: L'affermazione di Freud "Wo Es war, soll Ich werden" è stata dunque erroneamente tradotta in inglese da Strachey con: "Where id was, there ego shall be".]

Klein (1932, 1957) era prevalentemente interessata al significato della fantasia inconscia che emergeva, per esempio, nel gioco dei bambini. Ma, anche in questi ambiti, le dimensioni epistemologica e ontologica della psicoanalisi restano inseparabili. La nozione freudiana di trasformazione dell'Es in Io (Freud, 1933) è allo stesso tempo un processo di comprensione dell'Es inconscio e un processo di nascita dell'Io.

Secondo Freud e Klein, il mezzo attraverso il quale si verifica il cambiamento psichico consiste nel rendere l'inconscio rimosso disponibile al processo di pensiero secondario (conscio e preconscious) e alla simbolizzazione verbale. Uno dei principali obiettivi della psicoanalisi epistemologica è quello di aiutare il paziente a comprendersi meglio, in particolare a comprendere il proprio inconscio rimosso, permettendogli così di fare esperienza di se stesso e del mondo oggettivo esterno in maniera più realistica e con una maggiore profondità emotiva.

Winnicott (1969a) ha sottolineato i limiti della concezione freudiana della psicoanalisi: "È difficile credere che [Freud] ci abbia lasciato il compito di portare avanti le ricerche rese possibili dalla sua invenzione della psicoanalisi, ma non possa essere con noi quando facciamo un passo avanti" (p. 262).

La psicoanalisi ontologica, così come emerge nel lavoro di Winnicott e Bion, non si concentra prevalentemente sulla comprensione del significato inconscio dei sogni e del gioco, quanto piuttosto sul gioco e sul sogno come esperienze esistenziali che promuovono la crescita, coinvolgendo la totalità dell'unità psiche-soma. Winnicott (1971c) ha descritto concisamente la differenza di prospettiva tra psicoanalisi ontologica ed epistemologica:

Vorrei dire che, per quanto riguarda l'interesse per il gioco, Melanie Klein si occupò quasi esclusivamente dell'uso del gioco [in quanto forma di simbolizzazione del mondo interiore del bambino] [...]. Questa non è una critica a Melanie Klein o ad altri che hanno descritto l'uso del gioco infantile nella psicoanalisi dei bambini. È semplicemente un commento sulla possibilità che [...] lo psicoanalista sia sempre stato troppo occupato a usare il contenuto del gioco per poter osservare il bambino che gioca, e a scrivere sul gioco come una cosa a sé. È ovvio che faccio una distinzione importante tra i significati del sostantivo 'gioco' e quelli del verbo 'giocare' (pp. 72-73).

Indice

<i>Introduzione</i>	pag.	7
1. La psicoanalisi ontologica nella pratica clinica	»	9
2. Cosa significa essere vivi. Su “Oggetti transizionali e fenomeni transizionali” di Winnicott	»	29
3. Ripensare il concetto di inconscio.	»	58
4. Ripensare il concetto di tempo analitico	»	69
5. Restituire al paziente ciò che porta. Su “La funzione di specchio della madre e della famiglia nello sviluppo infantile” di Winnicott.	»	76
6. Come la pancia di un uccello che respira. Su “La mente e il suo rapporto con lo psiche-soma” di Winnicott	»	93
7. Trasformazioni agli albori del linguaggio verbale	»	116
8. Scoprire una vita personale. Su “La capacità di essere solo” di Winnicott.	»	128
9. Lettera a un giovane scrittore	»	144
<i>Ringraziamenti</i>	»	155
<i>Indice analitico</i>	»	157

THOMAS H. OGDEN

*COSA SIGNIFICA
ESSERE VIVI*

Esplorazioni psicoanalitiche

Con la consueta lucidità di pensiero e con la chiarezza espositiva che da sempre lo contraddistingue, Ogden rilegge Winnicott e Bion mettendo in luce la radicale trasformazione della teoria e della pratica psicoanalitica da loro avviata a partire dagli anni cinquanta del Novecento. Ne emerge la necessità di dare spazio a una dimensione ontologica della psicoanalisi, che si occupi cioè dell'essere e del divenire, accanto a quella epistemologica, che si occupa del comprendere. Una psicoanalisi che si faccia processo terapeutico in cui il paziente viene aiutato non solo a raggiungere la comprensione di sé, ma a diventare più pienamente se stesso.

Ogden fornisce in questo testo alcuni contributi illuminanti per la comprensione analitica dell'inconscio, del concetto di tempo analitico, del linguaggio preverbale e della vita non vissuta. Attraverso il rapporto terapeutico, l'individuo riesce a sperimentare la vita in un modo che sente come più reale, più creativo e personale. L'analista lo aiuta a recuperare la vita che ha perduto, le esperienze che non è riuscito a vivere nel momento in cui si sono verificate, perché troppo dolorose, disorientanti o pericolose.

Un nuovo tassello del lavoro dell'autore statunitense sulla natura della psicoanalisi, destinato ad ampliare la comprensione del pensiero analitico contemporaneo e della pratica clinica.

THOMAS H. OGDEN, tra le menti più feconde del campo psicoanalitico, è stato per oltre venticinque anni direttore del Center for Advanced Studies of the Psychoses ed è supervisore e analista dello Psychoanalytic Institute of Northern California. Nel 2012 è stato insignito del Sigourney Award per il suo contributo allo sviluppo della psicoanalisi. È autore di numerosi articoli, saggi e di tre romanzi. In questa collana sono già apparsi:

Il limite primigenio dell'esperienza
L'identificazione proiettiva e la tecnica psicoterapeutica
Rêverie e interpretazione
Conversazioni al confine del sogno
Soggetti dell'analisi
La matrice della mente